

Kreetan kalakeitto " Loup de Mer " / Fish soup



Ainekset 4 hengelle:

- 3 Sea Bass paino 400 - 600g
- 2 litraa vettä
- viinilasi oliiviöljyä
- laakerinlehti
- 500g porkkanaa, viipaloitu
- nippu persiljaa, silputtuna
- nippu selleriä, hienonnettu
- 500g kesäkurpitsaa
- 2 sipulia
- 3 perunaa
- 3 pehmeä tomaattia
- 250g riisiä
- 2 sitruunan mehu
- suolaa, pippuria

Valmistus:

Huuhtelee kalat. Kaada vesi painekattilaan. Laita laakerinlehti, hienonnettu porkkana, persilja ja selleri veteen. Myös laita kesäkurpitsat, sipulit, perunat ja kalat, kaikki kokonaisuutena veteen. Kaada oliiviöljy, laita suola ja pippuri. Raasta tomaatit ja kaada painekattilaan. Keitetään kaikki ainesosat painekattilaa suljettuna, noin 30 minuuttia. Ota kalat painekattilasta huolellisesti, jotta ne eivät hajota. Poista kaloista luut. Ota kaikki muut ainekset painekattilasta siivilän kautta toiseen astiaan, että kattilassa jää vain liemi. Laita kaikki keitetyt ainekset lautaselle. Ota muutama kesäkurpitsat, porkkanat ja perunat lautaselta ja sekoita ne tehosekoittimessa. Kaada paksu kastike tehosekoittimesta liemeen. Kuumenna liemi liedellä. Kun se kiehuu, lisää riisi. Keitä keittoa noin 15 minuuttia, kunnes riisi on kypsää. Tarjoile keitto kulhoissa, kalat yhdellä lautasella ja keitetyt porkkanat, kesäkurpitsaa, perunaa ja sipulia toisella lautasella.

Hyvää ruokahalua!